

Coronavirus COVID-19



Coronavirus
COVID-19
Public Health
Advice

Информация для лиц, находящихся в тесном контакте с человеком, у которого был подтвержден коронавирус

С пятницы 27 марта 2020 года правительство рекомендовало по возможности всем оставаться дома, за небольшими исключениями, чтобы уменьшить распространение вируса. Остаться дома - это лучший способ минимизировать риск заражения коронавирусом ваших друзей, семьи и сообщества.

В этом информационном листе изложены рекомендации для тех, кто находится в тесном контакте с человеком, у которого была подтверждена коронавирусная инфекция.

Лицо, находящееся в тесном контакте с человеком с коронавирусом:

Это любой человек, находившийся более 15 минут лицом к лицу с человеком коронавирусом в пределах двух метров от него в любой обстановке. Например, любой человек, проживающий в том же доме или находящийся в закрытом помещении в течение более двух часов с человеком, у которого был подтвержден коронавирус.

Что мне нужно делать, если я нахожусь в тесном контакте с человеком с коронавирусом?

С вами свяжется команда по отслеживанию контактов, если вы были идентифицированы как лицо, находящееся в тесном контакте с человеком с коронавирусом. Вам не нужно сразу обращаться в службу здравоохранения (HSE). Когда вам позвонят, вас спросят, есть ли у вас какой-либо из следующих симптомов:

- Появившийся кашель — это может быть сухой кашель или продуктивный (вызывающий мокроту) кашель
- Одышка
- Затрудненное дыхание
- Лихорадка (высокая температура 38 градусов по Цельсию или выше) или озноб

Даже если у вас нет каких-либо из этих симптомов, и вы являетесь контактным лицом члена семьи, у которого подозревается или был подтвержден коронавирус, вам будет рекомендовано начать ограничение в перемещении (см. ниже объяснение), которое продлится 14 дней после того, как вы последний раз вступили в контакт с человеком, которому был поставлен диагноз «коронавирусная инфекция». Если вы работаете в сфере здравоохранения, вам необходимо связаться с вашим менеджером и Службой гигиены труда и сообщить им, что вы были идентифицированы как лицо, находящееся в тесном контакте с человеком, у которого была подтверждена коронавирусная инфекция.

Coronavirus COVID-19



Coronavirus
COVID-19
Public Health
Advice

Вы можете относиться к категории лиц, находящихся в тесном контакте с человеком с коронавирусом, более одного раза, если вы вступали в контакты с людьми с коронавирусом в двух отдельных случаях. Ограничение в передвижении будет применяться к вам снова в течение **14** дней после вашего последнего контакта с больным.

Если у вас появятся симптомы респираторного характера, например, кашель, одышка:

- Вам нужно будет безотлагательно самоизолироваться (см. ниже, чтобы узнать, что это значит) и немедленно позвонить своему лечащему врачу.
- Секретарь приемной вашего лечащего врача запишет ваши данные и попросит вас перезвонить. Ваш врач обсудит ваши симптомы с вами по телефону или во время видеозвонка и сообщит вам о следующих шагах, которые вам необходимо предпринять, включая, возможно, запись на тестирование на коронавирус.
- Если вы сильно заболели и ситуация критическая, вам следует позвонить по телефону 999 и убедиться, что служба экстренной медицинской помощи в курсе, что ваши симптомы могут быть связаны с коронавирусом.
- Не посещайте местное отделение скорой помощи или терапевта лично, если это не предписано медицинским работником.
- Следуйте всем советам, которые вы получили от вашего врача.

Если вы прошли тест на коронавирус и получили отрицательный результат, вы все равно должны выполнить 14-дневное ограничение в передвижении.

Вы должны всегда регулярно мыть руки, а при кашле и чихании прикрывать рот и нос салфеткой или сгибать локоть, чтобы предотвратить распространение инфекции.

Ограничение передвижения и самоизоляция: в чем разница?

Ограничение передвижения

Ограничение передвижения означает, что вы должны оставаться дома, по возможности избегать контактов с другими людьми и прекратить социальные выходы. Многие люди, подвергшиеся воздействию коронавируса, не заболеют коронавирусом, но все они должны по-прежнему ограничивать свои передвижения, на случай, если они заболеют. Ограничение передвижения также может быть определено как саморегулируемый карантин.

Coronavirus COVID-19



Coronavirus
COVID-19
Public Health
Advice

- Вы соблюдаете режим карантина, чтобы предотвратить заражение коронавирусом других людей, особенно тех, кто особо уязвим или людей с высоким риском заболеваний в вашем сообществе.
- Вы должны ограничить свои передвижения в течение 14 дней, если у вас нет симптомов коронавируса, однако вы:
- являетесь лицом, находящимся в тесном контакте с человеком с коронавирусом (начиная с момента последнего контакта с этим человеком)
- проживаете в одном доме с человеком, у кого есть симптомы коронавируса (для получения дополнительной информации посетите

<https://www.hpsc.ie/az/respiratory/coronavirus/novelcoronavirus/factsheetsandresources/Advice%20sheet%20for%20people%20who%20live%20in%20the%20same%20home%20as%20a%20person%20with%20COVID.V4.30.03.2020.pdf>)

- возвращаетесь в Ирландию из другой страны (начиная с того дня, когда вы прибыли в Ирландию)

Самоизоляция

Самоизоляция означает пребывание дома и полное избегание контактов с другими людьми. Вы должны держаться подальше от других людей, проживающих в вашем доме. Вы должны соблюдать режим самоизоляции, если у вас есть какие-либо симптомы коронавируса, чтобы остановить заражение других людей, особенно тех, кто относится к категории людей наиболее уязвимых в вашем сообществе.

Вам нужно будет самоизолировать:

- Если у вас есть симптомы коронавируса
- Прежде чем пройти тест на коронавирус
- Пока вы ожидаете результаты теста на коронавирус
- Если у вас был положительный результат теста на коронавирус.

Для получения более подробной информации о самоизоляции, посетите

<https://www.hpsc.ie/az/respiratory/coronavirus/novelcoronavirus/factsheetsandresources/Patient%20information%20sheet%20for%20self-%20isolation.%20V5.30.03.2020.pdf>

For updated, factual information about coronavirus,
visit www.hse.ie or call 1850 24 1850



Rialtas na hÉireann
Government of Ireland

Coronavirus COVID-19



Coronavirus
COVID-19
Public Health
Advice

Если вы получили отрицательный результат или результат теста «вирус не обнаружен», вы можете остановить самоизоляцию через 48 часов после прекращения симптомов, но если вы являетесь лицом, находящимся в тесном контакте с человеком с коронавирусом, вам нужно закончить период ограничения передвижений.

Если вы проживаете с другими людьми и вы соблюдаете режим самоизоляции:

- Проводите время в отдельной комнате с окном, которое вы можете открыть.
- Если это возможно, вы должны пользоваться туалетом и ванной, которыми никто другой в доме не пользуется.
- Если ванная общего пользования, пользуйтесь ванной последним, а затем тщательно почистите ванную комнату.
- Не делитесь с другими людьми предметами.

Есть два критерия для завершения режима самоизоляции, и вы можете закончить самоизоляцию только тогда, когда будут выполнены оба критерия:

1. Прошло 14 дней с тех пор, как у вас появились первые симптомы коронавируса
2. У вас не было высокой температуры в течение 5 дней

Например, если у вас начались головные боли или кашель 1-го числа месяца, а 12-го у вас последний раз была высокая температура, вам нужно подождать до 17-го, чтобы закончить режим самоизоляции. Если ваш последний симптом был 6-го числа, вам нужно будет только ждать до 14-го числа.

Вы можете получить более подробную информацию, посетив веб-сайт www.hse.ie

Для получения информации от Центра по информированию граждан, перейдите по ссылке ниже

https://www.citizensinformation.ie/en/health/covid19_overview.html

**For updated, factual information about coronavirus,
visit www.hse.ie or call 1850 24 1850**



Rialtas na hÉireann
Government of Ireland